



# 41. Oster-Ilsetallauf

Ilseburg / 30.03.2024

## Detalizēti rezultāti

Martina Wadehn

Numurs: 190

Posms: 16.50 km  
16,5 km - Lauf

Grupa:

Seniorinnen W40 (40-44) A

Kopējais laiks: 1:53:58

Ātrums: 8.42 km/h

Skrējiena izpildījums: 6:54 min/km

Vieta distancē/Kopā: 166 (no 198)

Vieta distancē/Sievietes: 39 (no 54)

Distances labākais laiks: 1:23:04

Vieta grupā: 7(no 7)

Grupas labākais laiks: 1:23:04

## Vidējie laiki

## Posma rezultāts

## Kopējais rezultāts

Kontrolpunkts	Posma rezultāts			Kopējais rezultāts										
	Posma km	Posma Laiks	Posma min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums sievietes	Kopā km	Kopā Laiks	Kopā min/km	Vietāztrūkums grupā	Vietāztrūkums sievietes				
Abzweig Tännental	4.00	27:15	6:48	7	7:45	38	7:45	4.00	27:15	6:48	7	7:45	38	7:45
Plessenburg	3.00	32:17	10:45	7	8:36	46	8:36	7.00	59:32	8:30	7	15:50	44	15:50
Abzweig rote Brü	3.00	22:08	7:22	7	5:43	36	5:43	10.00	1:21:40	8:10	7	21:28	40	21:28
Ilseburg/Markt	6.50	32:18	4:58	7	9:26	46	9:26	16.50	1:53:58	6:54	7	30:54	39	30:54